**КОНСУЛЬТАЦИЯ: ПРИЧИНЫ ДЕТСКИХ КАПРИЗОВ.**

**Каждый родитель хотя бы раз в жизни сталкивался с детской истерикой. Довольно знакомая картина: ребенок плачет, кричит, катается по полу. Подобные капризы могут возникать где угодно: дома, в гостях, в супермаркете, а мама не знает, что ей делать.**

( Привожу пример из личного опыта: у кассы в супермаркете мальчик 4-5 лет требует купить ему шоколадку, мама мягко отказывает и обещает дома дать шоколадку после ужина. Ребенок падает на пол и начинает истерить, мама кидается к нему и пытается поднять, но у нее ничего не получается. Я тихо говорю маме: »Пожалуйста, слушайте меня и соглашайтесь на все, что я скажу». И мама меня поняла, а я громко говорю

« Ой, у нас здесь валяется какой-то мальчик и громко кричит, главное – не прекращай кричать, а то на тебя может наехать тяжелая тележка или кто-нибудь наступит. И не вставай – ты протираешь пол вместо швабры. А как мне жалко маму, ведь ей придется стирать и чистить твою одежду, а она и так устала, у нее так много покупок и очень вредный мальчик». И ребенок затихает и через минуту поднимается , у него недоумение – он ждал, что его будут поднимать, уговаривать, жалеть и в конце концов купят шоколадку. Мои слова и действия были прямо противоположны тому, что ожидал ребенок и он прекратил истерику, т.к. понял, что ничего не добьется, а еще кто-то жалеет его маму!)

**Если ваш ребенок таким образом может добиться всего, чего хочет, то есть серьезный повод для размышлений. Сегодня он капризничает без причины, закатывает истерики, а завтра, утверждают психологи, может начать поднимать на вас руку и даже убежать из дома. Поэтому родители должны знать, как распознать маленького манипулятора и суметь его перевоспитать.**

**Что такое каприз?**

**Все капризы детей можно трактовать двояко: с точки зрения самого ребенка и взрослого человека. По мнению родителей, капризный ребенок отличается повышенной возбудимостью, которая проявляется в крике, непонятных требованиях, [плаче](https://childage.ru/zdorove/zdorove-rebenka/novorozhdennyiy/pochemu-plachet-novorozhdennyiy-i-kak-emu-pomoch.html" \t "_blank), истерике. Таким способом ребенок пытается изо всех сил добиться желаемого.**

**Если попытаться стать на место ребенка, то каприз, это способ обратить на себя внимание взрослого (мамы, папы, бабушки и т.д.). Капризничая, малыш может проявлять простые желания: возможно, он устал, голоден или чем-то не удовлетворен.**

**Своим капризом ребенок показывает, что ему плохо и если он еще мал, то он не совсем понимает, что с ним происходит и как с этим справиться. Малышу хочется, чтобы его поддержали, приободрили, помогли ему.**

**Другое дело, когда ребенок начинает манипулировать родителями с помощью своих капризов. Если упустить этот момент в воспитании, то последствия детских капризов могут быть очень печальными.**

**Причины детских капризов**

**Чаще всего, причиной того, что ребенок капризничает, становятся сами родители, которые отрицают чувства малыша, не могут или не хотят проанализировать поведение своего чада и определить, что именно вызывает подобную проблему. Психологи утверждают, что детские капризы появляются вследствие следующих факторов:**

* **Возрастной кризис. Ребенок начинает осознавать себя отдельной личностью, имеющей свои желания, какие-то минимальные возможности, стремящейся к самостоятельности и прочее. В это время малыш пытается подражать родителям, а некоторое несоответствие его физических возможностей и проявляется в появлении крика, истерик и капризов;**
* **Эмоциональная незрелость. Дети не могут четко выражать свои чувства, эмоции. Развитие детской психики – сложный процесс, совершенствование которого занимает долгое время. Обязанность родителей поддерживать и направлять свое чадо;**
* **Потребность в развитии. Взрослые пытаются оградить ребенка от возможных опасностей, зачастую запрещая саморазвиваться. Например, если ребенок любопытствует по поводу какого-либо предмета, мама сразу же убирает его, не давая малышу рассмотреть его получше;**
* **Определение границ дозволенности. Зачастую их бывает либо слишком много, либо слишком мало. Также на появлении капризов сказывается отсутствие свободы развития. Если, к примеру, мама расставила игрушки на полке в определенном порядке, она будет требовать и от малыша расставлять их именно так, не смотря на то, что ему может захотеться расположить их по своему усмотрению;**
* **Потребность в любви. Причиной капризов может стать банальная нехватка внимания. Часто родители, занимаясь своими делами, не находят времени, чтобы поиграть со своим чадом. Малыш чувствует себя покинутым, ненужным, и, привлекая к себе внимание мамы или папы, начинает плакать, кричать, капризничать, закатывать истерики;**
* **Физическая или эмоциональная усталость. Если у ребенка слишком сильно загружен день (например, посещение большого числа кружков и секций), или у него отсутствует режим, имеют место различные стрессовые ситуации, вероятность появления капризов возрастает. Сюда можно отнести и избыточный просмотр мультфильмов, проведения [времени у компьютера](https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/vospitanie-rebenka/skolko-rebenku-mozhno-sidet-za-kompyuterom.html" \t "_blank) за компьютерными играми, которые истощают психику ребенка, вызывая нервные расстройства и провоцируя истерики и капризы;**
* **Напряжение в семье, частые скандалы. На психическом состоянии малыша может сказываться эмоциональное состояние родителей, их усталость, подавленность;**
* **Детская ревность. Под этот фактор могут маскироваться и недостаток внимания, и эмоциональная нестабильность детской психики, и многое другое.**

## От капризов к манипуляциям

* **Кому из родителей не знакомы ситуации, когда капризный ребенок становится маленьким домашним тираном, манипулирующим своими родителями и близкими людьми. Причем подобные поведенческие моменты вначале носят вполне мирный характер. Все мы помним знаменитого кота в сапогах из мультфильма про Шрэка. Вот и наши дети порой смотрят нам в глаза, умоляя купить «последнюю-препоследнюю» игрушку или что-то другое.**
* **Позже манипуляции принимают другое проявление, когда они становятся не такими безобидными. Манипуляции развиваются в возрасте от 2 до 7 лет. Пик развития приходится на** [**3-4 года**](https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/vospitanie-rebenka/vospitanie-rebenka-3-4-goda-psihologiya-sovetyi.html)**, когда появляется позиция «я сам» и безумный детский эгоизм. Игнорирование или, наоборот, поощрение такого поведения у детей может привести к серьезным проблемам, негативно сказывающихся на развитии ребенка, которые мы рассмотрим позже, вместе с видами детских манипуляций.**

**Виды капризов-манипуляций и как с ними бороться**

**Однозначного ответа на этот вопрос не существует, поскольку каждая конкретная ситуация зависит от вида детской манипуляции и мишени ее воздействия.**

* **Истерика. Истерика ребенка является самым распространенным способом манипуляции и мишенью воздействия является стыд родителя перед окружающими людьми. Ведь довольно часто мы сталкиваемся с такой ситуацией, когда ребенок, ваш или чей-то, устраивает длительные истерики в магазинах, гостях или просто на улице, чтобы получить требуемое.Иногда, выражая свои чувства и эмоции, дети-манипуляторы ведут себя следующим образом: они не кричат, не плачут, а просто садятся на пол, будь-то магазин или улица, и не трогаются с места. Одни родители терпеливо ждут, пока ребенок одумается, другие ругают их и наказывают.Как правило, истерики любого рода дети устраивают либо в местах большого скопления народа, где есть зрители, которые будут поддерживать ребенка и осуждать маму, либо в ситуации, когда мама очень торопится или устала и не сможет никак удовлетворить просьбу ребенка. При этом малыш знает, что подобная манипуляция – это практически 100% гарантия успеха в достижении своих целей.Пагубное влияние такой привычки очевидно: это расшатывает психику ребенка, может привести к проблемам с сосудами головного мозга, потому что чрезмерное напряжение истощает их. Результатом истерик могут стать частые головные боли, головокружения и прочие нарушения нервной системы.**

**Родители должны уметь мягко отказывать детям. При этом они должны помнить о том, что их ребенок для них – самая главная ценность для них. Важно уметь вовремя и правильно оценить, что в данный момент важнее: сиюминутная реакция каких-то случайных прохожих или эмоциональное состояние вашего малыша.**

**Исходя их результатов такого оценивания, можно конструктивно решать возникшие проблемы и договариваться с ребенком. Пути решения такой ситуации могут быть следующими:**

* + **забрать ребенка и увести его в отдаленное не многолюдное место, подальше от зрителей и объяснить, почему его требование не может быть выполнено в данный момент;**
  + **предложить ребенку альтернативные варианты решения проблемы (например, эту шоколадку мы не купим, но можем пойти посмотреть рыбок или птичек в ближайшем зоомагазине);**
  + **набраться терпения и ждать, пока детская истерика закончится. При этом нужно присесть к ребенку и спокойно сообщить, что пока он кричит и визжит, мама или папа его не слышат и не понимают.**

**Неумение родителей четко сказать «нет» ребенку является весомым аргументом для дальнейших манипуляций в виде истерик. Причем причину своего отказа необходимо четко обосновывать. Если вы уже отказали малышу, то в коем разе нельзя изменять своего решения. Например, если он хочет** [**завести щенка**](https://childage.ru/vse-dlya-doma/domashnie-zhivotnye/luchshaya-poroda-sobak-dlya-detey.html)**, и вы уже пообещали купить животное, то нельзя отказывать ребенку, если щенка вы все-равно собираетесь покупать. И наоборот.**

* **Действие «назло». Делать что-либо назло окружающим является второй детской манипуляцией, мишенью воздействия которой является чувство вины родителей. При этом проявляется такой тип поведения, как негативизм. Он бывает активным и пассивным, т.е. либо малыш видит, что маме что-то не нравится и игнорирует ее замечания, либо он в принципе игнорирует родителя полностью. Но, как правило, если ребенок что-то делает назло, он пытается привлечь к себе внимание.Такое поведение может стать проявлением того, что малышу не уделяется достаточно**
* **внимания. Последствиями таких истерик является развитие дальнейшего эгоцентризма и сложность формирования собственной семьи, так как не каждый спутник будет готов терпеть подобное поведение.Время, проведенное с детьми, должно быть качественным. Все зависит от того, насколько родители готовы включиться в его игру, готовы понять его чувства. Если после трудового дня совсем нет сил, можно честно признаться в этом ребенку, но пообещать выполнить его просьбу через 15-20 минут и обязательно сдержать обещание.Очень важно проводить с детьми хотя бы немного времени ежедневно и устраивать совместные прогулки выходного дня. Родители должны поддерживать свой авторитет перед детьми и дети должны четко понимать, что любое решение будет только за родителями, а не наоборот. При этом и сами родители должны поддерживать решения друг друга: если мама говорит «да», а папа горит «нет», но ничего хорошего из такой ситуации не получится.**
* **Метод «мнимый больной». Метод под названием «мнимый больной» является третьим распространенным видом детских манипуляций. Мишенью воздействия при этом является** [**страх**](https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/detskaya-psihologiya/detskie-strahi-konsultatsiya-dlya-roditeley.html) **за здоровье ребенка. На самом деле дети часто делают вид, что они не здоровы, чтобы добиться чего-либо от родителей или, наоборот, чтобы чего-то не делать. Ошибкой родителей в этом случае является чрезмерная забота о малыше. Главным показателем того, что ребенок на самом деле не болен, а имеет место обычная манипуляция, это «быстрое выздоровление» после того, как его цель достигнута. Родители могут самостоятельно определить, насколько болен их малыш. После рассказа о возможных лечебных процедурах, о том, чего ему придется лишиться за период болезни, мнимые больные, как правило, сразу «выздоравливают». Родители должны объяснить ребенку, насколько невыгодно в его случае болеть. Почему же дети ведут себя подобным образом? Ошибка родителей опять-таки заключается в недостаточном внимании для ребенка, пока он здоров.**
* **Родительский пример. Часто дети подражают своим родителям и во всем стараются брать с них пример. Манипуляции – это не только детские шалости, взрослые тоже довольно часто прибегают к таким особенностям поведения. Например, мы можем сказать ребенку «сначала сделай то-то, а потом посмотришь мультфильм» или «сделаешь то-то, получишь конфету». Это тоже будет одним из видов манипуляции. Поэтому, если вы дали слово в чем-то, этого нужно придерживаться, не смотря ни на что, чтобы не подавать ребенку дурной пример. Следует установить четкие правила, чтобы ребенок понимал, что нужно делать и как правильно поступать. Если возникает какая-то разовая ситуация, тогда можно утверждать что мы подаем пример манипуляцией.**

**Уважаемые родители, пожалуйста, проанализируйте поведение Вашего ребенка, постарайтесь быть объективными и помните – Ваша любовь к ребенку не исключает разумных запретов, а это воспитает в нем привлекательные черты личности – выдержанность, силу воли, разумность и … много других качеств, в том числе лидерских.**

С уважением, Белова М.Б., заведующий детским садом № 18, детский психолог.